

PENDEKATAN *BEHAVIOR* DALAM MENANGANI PERILAKU INDISIPLINER SISWA KORBAN PERCERAIAN DI SMP DIPONEGORO, YOGYAKARTA

Muchamad Agus Slamet Wahyudi

Mahasiswa BKI Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

m.agusslametwahyudi@gmail.com

Abstract

This article explains the concept of behavior in dealing with the undisciplined students, especially those who are the victims of the divorce, in SMP (Junior High School) Diponegoro, Sleman, Yogyakarta. The Behavior itself is an approach in counseling field to treat the mal-adaptive attitude toward an adaptive one. This approach is suitable to deal with the indiscipline among the students in a school, so that the students are able to perform well in the school, without obstacles. The undisciplined behaviors are influenced by several reasons, including the private problem of the students as a result of divorce. This paper is based on a field study using behavioral approach and descriptive-qualitative method. The result describes some counseling process efforts for some of these students; Starting with the counseling, relaxation, modeling, reward and punishment contracts, until the follow-up phase. With this behavioral stages, the process of changing the attitude of students who are not disciplined can be increased and students are able to be adaptive.

Keywords: behavior, undisciplined students, divorce.

Abstrak

Artikel ini memapakan konsep pendekatan *behavior* dalam menangani perilaku insdisipliner pada siswa korban perceraian di SMP Diponegoro, Sleman, Yogyakarta. *Behavior* sendiri merupakan salah satu pendekaan dalam bimbingan dan konseling untuk mengatasi perilaku mal-adaptif menuju ke sikap adaptif. Pendekatan *behavior* merupakan pendekatan yang tepat guna menangani keidakdisiplin siswa di sekolah, agar siswa mampu menjalankan tugasnya dengan baik di sekolah, tanpa mengalami hambatan. Perilaku tidak disiplin ini dipengaruhi oleh beberapa alasan, termasuk masalah-masalah privat siswa yang merupakan akibat dari perceraian. Tulisan ini berdasarkan kepada sebuah penelitian lapangan yang menggunakan pendekatan *behavior* dan

metode deskriptif-kualitatif. Hasil penelitian ini memaparkan beberapa upaya proses konseling bagi beberapa siswa tersebut; dimulai kontrak konseling, relaksasi, *modeling*, *reward* dan *punishment* sampai tahap *follow-up*. Dengan tahapan alur *behavior* ini, proses pengubahan sikap siswa yang tidak disiplin dapat ditingkatkan dan siswa mampu bersikap adaptif.

Kata Kunci: *behavior*, siswa yang tidak disiplin, perceraian.

Pendahuluan

Sekolah merupakan tempat menimba ilmu bagi para pelajar untuk mewujudkan salah satu poin kehidupan yaitu cita-cita. Dengan mengenyam bangku sekolah dapat meningkatkan kualitas pengetahuan yang lebih terarah serta terkonsep secara sistematis melalui bimbingan bapak dan ibu guru yang mengajar. Sekolah mengembangkan dua potensi setiap para peserta didiknya, baik secara prestasi akademik maupun non-akademik. Meski demikian, jika ditinjau dari tujuan kependidikan dalam Islam, hal yang juga ditekankan adalah bahwa sekolah merupakan tempat untuk pendidikan karakter dan pembinaan moralitas bagi siswa-siswi. Hal ini senada dengan misi Nabi Muhammad saw. yang diutus dimuka bumi ini untuk menata perilaku umat manusia.

Sekolah mempunyai elemen penting untuk menunjang berjalannya mobilitas pendidikan, diantaranya guru atau disebut tenaga pendidik, siswa atau yang dikenal sebagai peserta didik, staf sekolah dan masih banyak lainnya. Guru dan siswa adalah unsur yang tidak bias dilepaskan, sangat mustahil bila sekolah hanya ada guru namun tidak ada siswa, begitu sebaliknya. Kedua komponen ini harus dijadikan satu wadah secara utuh agar terciptanya suatu proses *transfer of knowledge*. Membicarakan siswa di Sekolah sangatlah menarik, baik dari segi positif semisal prestasi dan keteladanan siswa juga banyak, namun ada juga yang dari segi negatif juga sangat banyak. Oleh sebab itu, kajian mengenai siswa, terlebih akan perilakunya di sekolah sangatlah menarik untuk dikupas lebih mendalam.

Dalam dunia pendidikan, teramat wajar apabila siswa mampu berperilaku dengan baik dengan menjalani aturan sekolah yang

telah ditentukan, karena sekolah merupakan salah satu jembatan perubahan menuju yang lebih baik. Namun apabila ada siswa yang mengalami kesulitan dalam mengikuti aturan, atau dalam bahasa sehari-hari sering disebut siswa yang tidak disiplin atau siswa yang kurang mampu menaati peraturan yang dibuat oleh sekolah, maka siswa akan terkena sanksi disiplin yang sudah diatur dalam tata-tertib sekolah. Hal ini membuat ritme kegiatan sekolah siswa menjadi terganggu. Penyesuaian terhadap kondisi sekolah yang mempunyai banyak peraturan sangatlah perlu. Bila siswa tidak mampu menaati peraturan yang berlaku maka akan ada penanganan khusus dari sekolah melalui kesiswaan bahkan guru bimbingan dan konseling (BK) agar siswa dapat menjalani peraturan sebagaimana mestinya aturan yang berlaku. Penangan bagi siswa yang tidak disiplin ini bermacam-macam, mulai dari sanksi fisik, bahkan sanksi non-fisik, atau pembinaan rutin sampai siswa benar-benar mampu mempunyai kebiasaan sebagaimana aturan yang berlaku. Dengan kata lain siswa bisa disiplin dalam menaati peraturan sekolah.

Disiplin sendiri mempunyai arti menaati tata tertib, ketaatan pada peraturan.¹ Sedangkan disiplin pada siswa adalah suatu keadaan tertib dan teratur yang dimiliki oleh peserta didik di sekolah, tanpa ada pelanggaran-pelanggaran yang merugikan baik secara langsung maupun tidak langsung terhadap peserta didik sendiri dan terhadap sekolah secara keseluruhan.²

Beberapa siswa yang tidak disiplin atau melanggar peraturan muncul bukan tanpa sebab, namun ada beberapa hal yang melatar belakangi. Ada siswa yang tidak disiplin dari diri sendiri, misalnya malas, susah diatur, ada pula faktor dari luar, misalnya latar belakang dari keluarga yang *broken home* atau orang tua yang

¹ M. Dahlan Al Barry, *Kamus Ilmiah Populer* (Surabaya: Arkola, 1994), h. 115.

² M. Musrofi, *Melesatkan Prestasi Akademik Siswa: Cara Praktis Meningkatkan Prestasi Akademik Siswa Tanpa Kekerasan dan Tanpa Harus Menambah Jam Belajar* (Yogyakarta: PT Pustaka Intan Madani, 2010), h. 3.

bercerai, ada pula orang tua yang sibuk dengan pekerjaannya dan masih banyak lagi.³

Penelitian ini bertujuan untuk melihat siswa yang tidak disiplin dari faktor orang tua yang bercerai.⁴ Ketertarikan dengan siswa tidak disiplin yang dilatarbelakangi dari orang tua yang bercerai bukan tanpa sebab. Salah satu alasan ketertarikan tersebut adalah melihat kondisi siswa yang selayaknya mendapat dua limpahan kasih sayang seorang ayah maupun ibu, namun mereka hanya mendapatkan kasih sayang dari salah satu orang tua mereka saja. Proses ini tentunya sangat menghambat, bahkan mengganggu proses pendidikan yang didapatkan siswa. Dukungan moril maupun materil seharusnya tercurahkan semua, namun mereka hanya mendapatkan satu dukungan saja. Hal tersebut ditambah dengan kegiatan orang tua yang notabene *single parent* yang harus siap bekerja ekstra. Selain mendidik anak, mereka juga harus mencari nafkah sendiri untuk mencukupi kebutuhannya dan anak-anaknya.

Kenakalan remaja yang disebabkan karena *broken home* maupun *quasi-broken home* dapat diatasi dengan cara-cara tertentu. Dalam *broken home*, cara mengatasi agar anak tidak menjadi *delinquent* ialah orang tua yang bertanggung jawab memelihara anaknya hendaklah mampu memberikan kasih sayang sepenuhnya sehingga anak tersebut merasa seolah-olah tidak pernah kehilangan ayah dan ibunya. Di samping itu, keperluan anak secara jasmaniah (makan, minum, pakaian dan saran-sarana lainnya) harus dipenuhi pula sebagaimana layaknya sehingga anak tersebut terhindar dari perbuatan yang melawan hukum, misalnya pencurian, penggelapan, penipuan, dan delik-delik lain di luar KUH Pidana, misalnya penyalahgunaan obat-obat terlarang seperti narkoba.⁵

Sebagaimana dilansir dari republika.co.id, sebuah temuan mengejutkan di kabupaten Sleman, Yogyakarta, bahwa angka

³ Wawancara dengan guru BK SMP Diponegoro Depok, 26 Agustus 2016.

⁴ Perceraian sendiri mempunyai arti terputusnya pernikahan. Dalam istilah Hukum Islam, ia juga dikenal istilah talak, yang artinya melepaskan atau meninggalkan. Boedi Abdullah dan Beni Ahmad Saebani, *Pernikahan dan Perceraian Keluarga Muslim* (Bandung: CV Pustaka Setia, 2013), h. 58

⁵ Sudarsono, *Kenakalan Remaja* (Jakarta: PT Rineka Cipta, 1995), h. 126.

perceraian senantiasa meningkat.⁶ Sepertinya benang merah antara siswa, sekolah, rumah (orang tua) sangatlah berkaitan. Dalam hal ini diperlukan beberapa upaya akademis dalam menelaah fenomena tersebut, salah satunya adalah melalui pendekatan *behavior* (tingkah laku). Ia merupakan salah satu pendekatan layanan bimbingan dan konseling yang berakar pada berbagai teori belajar. Penerapan prinsip-prinsip belajar pada perubahan tingkah laku ke arah cara-cara yang lebih adaptif.⁷

Jenis penelitian ini adalah penelitian lapangan (*field research*), karena data diperoleh berdasarkan penelitian di lapangan dan terlibat dengan masyarakat setempat.⁸ Sedangkan sifat penelitian ini adalah deskriptif-kualitatif. Ia berusaha mengungkap fakta suatu kejadian, objek, aktivitas, proses dan manusia secara “apa adanya” pada waktu sekarang atau jangka waktu yang masih memungkinkan dalam ingatan responden.⁹

Adapun obyek yang diteliti adalah fakta-fakta yang terkait tentang kondisi siswa yang tidak disiplin di SMP Diponegoro Depok, Sleman, Yogyakarta. Pemilihan sekolah ini salah satunya dikarenakan terdapat beberapa siswa yang masuk ke dalam catatan memiliki perilaku indisipliner. Berdasarkan pernyataan seorang Guru BK di SMP Diponegoro, beberapa siswa yang sering melanggar peraturan sekolah mereka adalah berlatar belakang dari

⁶ Humas Pengadilan Agama Sleman, Marwoto, menyatakan bahwa angka perceraian di Kabupaten Sleman meningkat dari tahun ke tahun, tercatat pada 2014 kasus perceraian yang masuk ke PA Sleman berjumlah 1.389 kasus. Angka tersebut terdiri dari cerai talak (402 kasus) dan cerai gugat (987 kasus). Sementara pada 2015, jumlahnya meningkat menjadi 1.509 kasus. Angka tersebut terdiri dari cerai talak (464 kasus) dan cerai gugat (1.045 kasus). Sedangkan pada 2016, dari Januari s.d. Februari, kasus yang masuk berjumlah 170 perkara. Sebanyak 59 merupakan cerai talak, dan sisanya cerai gugat. Lihat <http://www.republika.co.id/berita/nasional/umum/16/03/16/o448mg368-duh-angka-perceraian-di-sleman-meningkat>, diakses pada Rabu, 16 Maret 2016, 12.01 WIB.

⁷ Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi* (Bandung: Eresco, 1988), h. 196

⁸ J. R. Raco, *Metode Penelitian Kualitatif Jenis, Karakteristik dan Kegunaannya* (Jakarta: Grasindo, 2010), h. 9.

⁹ Andi Prastowo, *Memahami Metode-Metode Penelitian: Suatu Tinjauan Teoritis dan Praktis* (Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2011), h. 203.

orang tua yang bercerai.¹⁰ Ada sekitar 5 anak yang mendapat pantauan khusus dari guru BK untuk selalu didampingi dalam penanganan ketidak disiplin.¹¹

Kajian Teori dan Metodologi

1. Bimbingan dan Konseling Islam

Bimbingan dan Konseling merupakan salah satu media untuk memberikan layanan perbaikan diri. Istilah ini sudah tidak asing bagi kalangan generasi saat ini, alias generasi tahun 2000-an. Secara eksplisit, istilah ini merupakan dua sejoli yang tidak bisa dipisahkan. Arah tujuan bimbingan dan konseling sejalan dengan tujuan Islam yaitu untuk kemaslahatan.¹² Seperti penuturan Aunur Rahim Faqih dalam bukunya Abdul Choliq Dahlan bahwa bimbingan dan konseling Islami merupakan proses pemberian bantuan terhadap individu agar mampu hidup selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah sehingga dapat mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan akhirat.¹³

2. Teknik *Behavior*

Pendekatan ini bertujuan untuk menghilangkan tingkah laku salah suai, tidak sekedar mengganti simptom yang dimanifestasikan dalam tingkah laku tertentu. Dengan pendekatan *behavior*, diharapkan konseli memiliki tingkah laku baru yang terbentuk melalui proses *conditioning*, hilangnya *symptom* dan mampu merespon terhadap stimulus yang dihadapi tanpa menimbulkan masalah baru.¹⁴

Behavior merupakan salah satu teknik guna merubah tingkah laku yang lebih adaptif.¹⁵ Pendekatan ini dirasa lebih

¹⁰ Wawancara dengan Guru BK SMP Diponegoro Depok, Sleman, Yogyakarta pada Hari Senin, 29 Agustus 2016.

¹¹ Arsip Guru BK mengenai pendampingan siswa yang melanggar peraturan. Jum'at, 1 September 2016.

¹² Abdul Choliq Dahlan, *Bimbingan dan Konseling Islami (Sejarah, Konsep dan Pendekatannya)*(Yogyakarta: Pura Pustaka, 2009), h. 1

¹³ *Ibid.*

¹⁴ Sigit Sanyata, "Teori dan Aplikasi Pendekatan Behavioristik dalam Konseling", *Jurnal Paradigma*, no. 14, th. 7, (Juli 2012), h. 10-11

¹⁵ Corey, *Teori dan Praktik Konseling*, h. 196.

efektif untuk menangani kasus-kasus dalam dunia pendidikan, khususnya yang notabene *mal-adaptive*. Fokus pada modifikasi tingkah laku menjadi ciri yang sangat menonjol dalam teknik *behavior*. Teknik ini berkembang mulai tahun 1950-an hingga sekarang, teknik *behavior* masih relevan untuk diterapkan.

Penting untuk diketahui bahwa *behavior* ini merupakan aspek gerakan memodifikasi tingkah laku pada taraf yang masih bisa didefinisikan secara operasional, diamati dan diukur.¹⁶ Manusia mempunyai potensi positif dan negatif yang bias jadi terbentuk karena faktor lingkungan sosial budaya.

Adapun ciri *behavior* dapat dilihat dari:

- a. Pemusatan perhatian kepada tingkah laku yang tampak
- b. Kecermatan dan penguraian tujuan-tujuan *treatment*.
- c. Perumusan prosedur *treatment* yang spesifik sesuai dengan masalah.
- d. Penaksiran objektif atas hasil-hasil terapi.¹⁷

Arah dari *behavior* pada dasarnya tertuju kepada perolehan tingkah laku baru yang lebih adaptif, sehingga dapat menghapus tingkah laku yang mal-adaptif.¹⁸ Serta tingkah laku dapat diasosiasikan dengan tingkah laku yang nampak, dan berpusat pada *here and now*. Semua tingkah laku dapat dipelajari baik yang adaptif maupun yang mal-adaptif. Belajar merupakan cara efektif mengubah tingkah laku tersebut.¹⁹

Adapun macam-macam teknik *behavior* antara lain:

a. Desensitisasi sistematis

Ini merupakan salah satu teknik paling luas dalam *behavior*. Desensitisasi sistematis digunakan untuk menghapus tingkah laku yang diperkuat secara negatif,

¹⁶ *Ibid.*, h. 197.

¹⁷ *Ibid.*, h. 199.

¹⁸ *Ibid.*, h. 200.

¹⁹ Jeanette Murad Lesmana, *Dasar-Dasar Konseling* (Jakarta: UI Press, 2005), h. 28.

dengan menyertakan pemunculan tingkah laku yang hendak dihapuskan. Hal ini klien diarahkan untuk menampilkan suatu respon yang tidak konsisten dengan kecemasan. Corey membagi prosedur desensitisasi sebagai berikut. *Pertama*, analisis tingkah laku atas stimulus-stimulus yang dapat membangkitkan kecemasan dalam suatu wilayah tertentu seperti penolakan, rasa iri. *Kedua*, latihan relaksasi. *Ketiga*, membuat keadaan klien santai dengan mata tertutup.²⁰

b. Asertif

Klien belajar untuk membedakan tingkah laku agresif, pasif dan asertif. Tujuannya agar klien belajar bertingkah laku asertif.²¹

c. Aversi

Teknik ini untuk meredakan gangguan *behavior* yang spesifik. Agar tingkah laku sesuai yang diinginkan, maka stimulannya adalah berupa hukuman-hukuman.²²

d. Skedul Penguatan

Memperkuat tingkah laku yang muncul. Maka setelah perilaku terbentuk, maka penguatan dikurangi.²³

e. Shapping

tingkah laku yang dipelajari secara bertahap dengan pendekatan suksesif. Untuk itu konselor membagi secara terinci supaya klien dapat belajar dengan detail dan terici.²⁴

f. Teknik Relaksasi

Teknik yang digunakan untuk membantu konseli mengurangi ketegangan fisik dan mental dengan latihan pelepasan otot-ototnya dan pembayangan situasi yang menyenangkan saat pelepasan otot-ototnya sehingga tercapai kondisi rilek baik fisik dan mentalnya.

²⁰ Corey, *Teori dan Praktik Konseling*, h. 212-220.

²¹ Lesmana, *Dasar-Dasar Konseling*, h. 30.

²² Corey, *Teori dan Praktek Konseling*, h. 219.

²³ Lesmana, *Dasar-Dasar Konseling*, h. 30.

²⁴ *Ibid.*, h. 30.

g. Teknik *Flooding*

Teknik yang digunakan konselor untuk membantu konseli mengatasi kecemasan dan ketakutan terhadap sesuatu hal dengan cara menghadapi konseli tersebut dengan situasi yang menimbulkan kecemasan tersebut secara berulang sehingga berkurang kecemasannya terhadap situasi tersebut.

h. *Reinforcement Technique*

Teknik yang digunakan konselor untuk membantu meningkatkan perilaku yang dikehendaki dengan cara memberikan penguatan terhadap perilaku tersebut.

i. *Modelling*

Teknik untuk memfasilitasi perubahan tingkah laku konseli dengan menggunakan model.

j. *Cognitive Restructuring*

Teknik yang menekankan pengubahan pola pikiran, penalaran, sikap konseli yang tidak rasional menjadi rasional dan logis.

k. *Self Management*

Teknik yang dirancang untuk membantu konseli mengendalikan dan mengubah perilaku sendiri melalui pantau diri, kendali diri, dan ganjar diri.

l. *Behavioral Rehearsal*

Teknik penggunaan pengulangan atau latihan dengan tujuan agar konseli belajar keterampilan antarpribadi yang efektif atau perilaku yang layak.

m. *Kontrak*

Suatu kesepakatan tertulis atau lisan antara konselor dan konseli sebagai teknik untuk memfasilitasi pencapaian tujuan konseling. Teknik ini memberikan batasan, motivasi, insentif bagi pelaksanaan kontrak, dan tugas-tugas yang ditetapkan bagi konseli untuk dilaksanakan antar pertemuan konseli.

n. Pekerjaan Rumah

Teknik yang digunakan dengan cara memberikan tugas/aktivitas yang dirancang agar dilakukan konseli antara pertemuan konseling seperti mencoba perilaku baru, meniru perilaku tertentu, atau membaca bahan bacaan yang relevan dengan masalah yang dihadapinya.

o. Extinction (Penghapusan)

Extinction atau penghapusan adalah menghentikan *reinforcement* pada tingkah laku yang sebelumnya diberi *reinforcement*.

p. Punishment (Hukuman)

Hukuman merupakan intervensi *operant-conditioning* yang digunakan konselor untuk mengurangi tingkah laku yang tidak diinginkan.

q. Time-out

Time-out merupakan teknik menyisihkan peluang individu untuk mendapatkan penguatan positif.²⁵

Selain itu, terdapat beberapa rangkaian *behavioristic* dalam konseling yang dikenal dengan ABC (*Antecedent-Behavior-Consequence*). *Antecedent* adalah kejadian-kejadian yang mendahului behavior, sedangkan *consequence* adalah efek yang mengikuti atau berlangsung setelah behavior.²⁶

3. Indisipliner (Perilaku Tidak Disiplin)

Tidak disiplin (indisiplin) merupakan lawan kata dari disiplin, disiplin sendiri didefinisikan oleh Ariesandi adalah proses melatih pikiran dan karakter anak secara bertahap sehingga menjadi seseorang yang memiliki kontrol diri dan berguna bagi masyarakat.²⁷ Adapun cara penegakan disiplin

²⁵ Lesmana, *Dasar-dasar Konseling*, h. 30.

²⁶ W.S. Wingkel *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan* (Jakarta: Gramedia, 1997), h. 399.

²⁷ Ariesandi, *Rahasia Mendidik Anak Agar Sukses dan Bahagia, Tips dan Terpuji Melejitkan Potensi Optimal Anak* (Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama, 2008) h. 230-231.

melalui peningkatan motivasi, pendidikan dan latihan, kepemimpinan dan penegakan aturan.²⁸

Adapun indikator kedisiplinan peserta didik dirumuskan sebagai berikut:

- a. Masuk sekolah tepat waktu pada jam yang telah ditentukan oleh peraturan di sekolah.
- b. Mengakhiri kegiatan belajar dan pulang sesuai jadwal yang ditentukan.
- c. Menggunakan kelengkapan seragam sekolah sesuai peraturan.
- d. Menjaga kerapian dan kebersihan pakaian sesuai dengan peraturan sekolah.
- e. Apabila berhalangan hadir ke sekolah (tidak masuk sekolah), maka harus menyertakan surat pemberitahuan ke sekolah.²⁹
- f. Mengikuti keseluruhan proses pembelajaran dengan baik dan aktif.
- g. Mengikuti dan melaksanakan kegiatan ekstrakurikuler yang ditentukan di sekolah.
- h. Mengerjakan tugas yang diberikan guru.
- i. Melaksanakan tugas piket kelas sesuai jadwal yang ditentukan.
- j. Mengatur waktu belajar.³⁰

Dari indikator diatas, cukup mudah untuk mengkategorikan ketidakdisiplinan. Cukup siswa melanggar salah satu dari poin indicator tersebut, maka siswa dapat dikatakan tidak disiplin.

4. Perceraian

Dalam keluarga pasti menginginkan yang terbaik untuk kehidupan dan kelangsungan mobilitas keluarga. namun

²⁸ M. Furqon Hidayatullah, *Pendidikan Karakter: Membangun Peradaban Bangsa* (Surakarta: Yuma Pressindo, 2010), h. 45-49.

²⁹ Agus Wibowo, *Pendidikan Karakter, Strategi Membangun Karakter Bangsa Berperadaban* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2012), h. 85-86.

³⁰ Sulistyorini, *Menejemen Pendidikan Islam Konsep, Strategi dan Aplikasi* (Yogyakarta: Teras, 2009), h. 109.

terkadang ada juga ada kemungkinan yang itu biasanya diluar dugaan kita. seperti halnya perceraian. perceraian yang mengandung arti putusnya pernikahan adalah perceraian. Dalam istilah hukum Islam disebut *ṭalāq*, artinya melepaskan atau meninggalkan.³¹

Sangat bisa dipastikan apabila anak yang seharusnya perlu pendampingan dari kedua orang tua, namun hal itu terbelah menjadi hanya satu orang tua, akan menjadikan dampak tersendiri bagi kondisi anak. Sedangkan umumnya seorang anak ada bersama kedua orang tuanya.

Perceraian sendiri mempunyai pengaruh yang sangat besar terhadap perkembangan jiwa dan pendidikan anak, terutama anak usia Sekolah Dasar dan remaja. Di antaranya dapat menyebabkan anak bersikap pendiam dan rendah diri, nakal yang berlebihan, prestasi belajar rendah dan merasa kehilangan. Pada umumnya, anak-anak yang keluarganya bercerai ikut bersama ibunya, dan semua biaya hidupnya yang seharusnya menjadi tanggung jawab bapak tetapi menjadi tanggung jawab si ibu.³²

Hasil Analisis dan Pembahasan

1. *Assessment*

Masalah yang dihadapi siswa adalah bahwa mereka tidak disiplin dalam kegiatan sehari-hari di sekolah. Dimulai sering datang terlambat, meninggalkan pelajaran tanpa izin dengan pergi ke kantin sekolah, terlebih setelah ke kantin mereka merokok. Ketidaksiplinan yang ditunjukkan lagi seperti sering mengeluarkan baju dan tidak Salat Duha.

Setelah dilakukan konseling, terdapat temuan bahwa siswa melakukan semua itu karena faktor kejenuhan dari rumah. Latar belakang siswa yang orang tuanya bercerai, sehingga siswa hanya *single parent* yaitu diasuh oleh ibu, sedangkan ibu bekerja untuk memenuhi kehidupan sehari-hari.

³¹ Abdullah & Saebani, *Pernikahan dan Perceraian*, h. 58

³² M. Yusuf, MY, "Dampak Perceraian Orang Tua Terhadap Anak, Jurnal Al-Bayan", vol. 20, no. 29, (Juni 2014).

Dengan kegiatan si ibu yang bekerja *full time* membuat kondisi fisik sang ibu menjadi lelah, ketika sang ibu lelah dan si anak melakukan kesalahan sedikit saja, maka membuat si ibu cepat marah, melampiaskan kekesalannya baik dengan kata-kata keras, maupun fisik.

Hal ini yang dirasakan anak dirumah tidak nyaman. Ketika di rumah tidak nyaman hanya dengan luapan kemarahan dan ditambah kegiatan sekolah yang sangat kompleks, maka anak menjadi jenuh. Pemaparan anak ketika ketahuan merokok, pernyataan yang sangat mencengangkan adalah merokok merupakan luapan kejenuhan dalam hidupnya. Secara eksplisit si anak hanya ingin diperhatikan lebih mendalam. Lebih-lebih rasa kasih sayang orang tua kepada anak. Perlu digaris bawahi bahwa hubungan anak dengan ibu secara material finansial sangatlah tercukupi untuk sang anak.

2. Goal Setting

Proses selanjutnya penyusunan tujuan konseling, dimulai dari mendiskusikan konsekuensi sang anak bila masih terus tidak disiplin maka akan membuat anak semakin terpuruk dalam pembelajaran. Dilanjut mulai menyadarkan anak bahwa perilaku yang dilakukan itu adalah perilaku mal-adaptif. Dan hal yang diinginkan anak sebenarnya apa.

Selanjutnya menggali hambatan-hambatan anak, mengenai perilaku mal-adaptif dengan koordinasi dengan orang tua. Setelah itu juga Membuat *planning* dalam menanggulangi ketidak disiplinannya, dimulai dari hal-hal yang terkecil seperti datang tepat waktu, belajar fokus dikelas dan lain-lain

3. Technique Implementation

Penggunaan teknik dimulai dari membuat anak serileks mungkin. Dari mulai disuruh menghela nafas, dilanjutkan mengeluarkan nafas, ditambah disuruh memejamkan mata dengan posisi duduk yang sangat nyaman, dengan mengistrukan membayangkan apa yang dirasakan klien, dan

membayangkan klien mendapatkan sesuatu yang menarik baginya.

Selanjutnya *Modeling*. Penggunaan teknik *modeling* ini diwujudkan dengan memberikan model keteladanan akhlak Rasulullah dan kedisiplinan dan kegigihan Rasulullah. Kenapa menggunakan model Rasulullah atau Nabi Muhammad dirasa sesuai dengan sendi-sendi Islam. Rasulullah juga mempunyai perilaku yang sangat sempurna dalam hal sifat kebaikan. Dari mulai menghargai waktu dan cara berpakaian, bertutur kata dan bersikap. Serta konsep ini sejalan dengan pahala dan dosa, serta surga dan neraka. Dimulai dengan penugasan kepada anak dengan membaca buku tentang kepribadian akhlak Rasulullah, setelah selesai membaca, anak disuruh enulskan point penting yang didapat setelah ia baca. Hal ini dimaksudkan selain mengubah tingkah laku, anak juga bisa latihan membaca, serta memahami isi dari buku.

Pertama dari teknik ini yang perlu dilakukan adalah *behavior* kontrak, semacam MoU atau kesepakatan antar konselor dan konseli, menyepakati untuk siap menjalani terapi behavior. Dalam bentuk hitam diatas putih. Agar ke depan apabila konseli diluar hal diinginkan bisa teratasi, ditambah untuk selalu mengangsat satu kontrak yang harus disepakati, agar *reward* dan *punishment*-nya bisa dijalankan tanpa ada paksaan, melainkan sesuai kesepakatan kontak. Tidak hanya itu bila konseling melanggar ada tindakan yang mengekang.

Reward apabila konseli dapat menjalankan tugasnya, berupa sangsi penghapusan point pelanggaran siswa sebesar 2 point dan penghapusan hukuman tidak salat sunnah 2 rakaat. Sedangkan *punishment*-nya adalah diberikan point pelanggaran sebanyak 5 point, salat sunnah 8 rakaat dan hafalan surat-surat pendek Juz ‘Ammah. Bahkan akan ada reward berupa membelikan makanan di kantin (ditraktir). Tujuan dari *reward* berupa salat dan hafalan Juz ‘Ammah adalah meletakkan sendi – sendi nafas islami dan melatih

pribadi siswa untuk giat mengerjakan kewajibannya sebagai seorang muslim yang taat.

Alur dari *modeling* dimulai dari memaparkan dari sebuah cerita tentang perilaku Rasulullah, yang selalu menjalankan salat tepat waktu. Itu di kontekskan dengan kegiatan berangkat sekolah harus tepat waktu bahkan lebih. *Modeling* tahap kedua dengan memberikan video/film tentang perjuangan Rasulullah ketika kecil, asumsinya supaya bisa belajar dari Rasulullah ketika masa kecil beliau. Hal ini dirasa sangat tepat, karena masa kecil Rasulullah bisa mandiri meskipun tanpa kedua orang tua. Berarti mendorong siswa agar tidak kecil hati, dengan analogi, Rasulullah dengan tanpa orang tua saja bisa sukses, seharusnya siswa juga mencontoh Rasulullah. Mekanismenya adalah ketika anak sudah diperlihatkan film yang terkait tentang Rasulullah, maka si anak juga mencatat pesan apa atau inti dari film yang dilihat itu apa, dengan begitu anak tidak hanya melihat namun merekam hasil yang ia lihat dengan tulisan.

Setelah langkah *modeling* diperlihatkan, maka siswa akan dilihat dari kegiatan berangkat sekolah pagi, apakah masih sering terlambat atau tidak. Sekali lagi pemantauannya menggunakan tabel jam ketepatan waktu, setiap datang kesekolah dicatat waktunya.

Tidak perlu berlebihan, cukup memberikan sebuah *form table* kebaikan, yang indikatornya terkait pelanggaran yang pernah dilakukan namun tidak dilakukan lagi. Apabila siswa mampu menjalankan tugas dan tidak melanggar, maka akan di beri hadiah, berupa pengurangan hukuman. Dengan kata lain siswa mencatat kebaikan yang telah dilakukan.

Kedua dengan hukuman, hal ini sejalan dengan *reward* dan *punishment* di *modeling*, bila disiplin mendapat *reward*, maka bila melanggar mendapat *punishment*. Hal ini digunakan agar ada konsekuensi dalam setiap perbuatan. Adapun hukuman hampir sama metode *punishment*-nya adalah hafalan surat pendek dan melakukan salat sunnah.

Serta ditambah akan membayar uang seribu rupiah bila melanggar tiga kali berturut-turut. Hal ini dimaksudkan, agar uang yang didapat sebagai hukuman nantinya bila mendapat *reward* bisa digunakan.

Teknik ini akan dibuatkan tabel khusus untuk melihat indikator keberhasilan, dan dicatat secara terus menerus. Teknik selanjutnya adalah teknik pekerjaan rumah, hal ini dimaksudkan agar siswa mempunyai kegiatan yaitu belajar dirumah, sehingga konseli mempunyai kesibukan belajar dan tidak dialihkan kepada kegiatan negatifnya, seperti merokok dan nongkrong dengan teman-temannya di malam hari.

Indikatorya sederhana, setiap hari siswa mencatat hal apa saja yang dia baca, meskipun sedikit, waktu yang ditentukan belajar dirumah satu minggu pertama cukup 15 menit per-hari. Harapan dengan membaca dan menulisnya, maka siswa mempunyai kesibukan belajarnya. Selain itu setiap hari ada dua surat pendek yang dihafalkan. Hal mengapa menggunakan hanya 15 menit, karena ekspektasinya mengarah kepada konsistensi belajar, bila 15 menit perhari berhasil, maka ditingkatkan menjadi 30 menit perhari belajarnya, namun bila kondisi masih belum menunjukkan progress, maka minggu berikutnya masih tetap 15 menit sampai dia bisa konsisten.

Namun bila sehari tidak belajar atau menulis hasil belajarnya, maka akan terkena sanksi salat sunnah 8 reka'at. Reinforcement dalam teknik ini adalah bila mana klien sukses menjalankan tugasnya, maka akan mendapatkan bintang satu, bintang ini nantinya bisa untuk menambah nilai mata pelajaran akhlak. Selain itu pula penguatan akan diberikan dalam bentuk pujian seperti "kamu bisa, kamu hebat, kamu baik". Terlebih dalam setiap kegiatan jika klien berhasil menjalankan, maka akan mendapatkan buku dan bolpoin bila mencapai waktu satu minggu.

Time-out akan dilakukan apabila konseli membolos sekolah dijam pelajaran, gambarannya jika siswa ketahuan membolos pada jam pelajaran efektif, maka konsekuensinya

adalah membersihkan kamar mandi, dan itu dilakukan hingga perilakunya membolos dapat berhenti.

4. *Evaluation-Termination*

Di sesi terakhir, akan selalu di-*review* perilaku yang telah ditunjukkan, secara berkala dan setiap seminggu sekali. Pilihan rencana kedua melakukan teknik pembanjiran. Di mana klien apabila membolos akan diberikan hak sepuasnya agar membolos. Hal ini ditujukan membuat klien bosan. Selanjutnya guna menanggulangi merokok, klien diajak di satu ruangan untuk merokok dengan menyediakan beberapa puluh batang rokok dan merokoknya sampai sebanyak mungkin.

Evaluasi ini dilakukan tentunya memudahkan pemantauan dan sentralisasi dalam penanganan. Tabel yang telah disepakati di atas dengan indikator perilaku yang positif, tentunya membuat arah tujuan tentang penghapusan perilaku maladaptif lebih terlihat. Bila masih belum menunjukkan hasil yang signifikan, bisa dikonsultasikan ke psikolog anak, atau alih tangan kasus kepada yang lebih detail.

Penutup

Behavior merupakan salah satu pendekatan bimbingan dan konseling yang berpusat pada tingkah laku. Tidak disiplin merupakan salah satu perilaku mal-adaptif yang ada di sekolah. Perilaku siswa yang tidak disiplin perlu diubah menjadi perilaku disiplin yang lebih adaptif. Proses perubahan tingkah laku dapat dipakai dengan meneladani akhlak Rasulullah. Tidak hanya akhlak, namun Rasulullah merupakan manusia yang bias diteladani dari segi apapun, baik dari ibadah, ketaatan, kepasrahan, serta kegigihan. Seperti untuk mencontoh sekolah tepat waktu, meneladani ketepatan Rasulullah dan menjalankan shalat lima waktu. Teknik pekerjaan rumah yang bertujuan siswa dapat belajar dengan konsisten. *Reinforcement* yang dibangun adalah mendapatkan tambahan nilai pada pelajaran akhlak dan

mendapatkan buku dan bolpoin setiap seminggu sekali bila tugasnya tuntas. Namun tidak dipungkiri perlu menggunakan teknik hukuman, agar siswa lebih bisa serius dan tanggung jawab dengan apa yang ia kerjakan.

Reward dan *punishment* dalam konteks ini nantinya berdampak pada keterkaitan daalam pemberian. Bila *reward*-nya mendapat gratis jajan di kantin, maka *punishment*-nya berupa uang yang nantinya dapat digunakan untuk *reward*-nya, itupun melalui proses pelanggaran tiga kali berturut-turut. Adapun model *reward* dan *punishment* yang lain hampir sama, persilangan, bila menjalankan dapat subsidi salat, bila melanggar ditambah salat. Tentunya, melalui tahapan kontrak di awal yang telah disepakati secara sadar. Di sesi evaluasi, bila masih belum menunjukkan perubahan yang signifikan, bisa dialihtangankan kepada ahli yang dianggap mumpuni dalam mengubah tingkah laku anak ke arah yang lebih baik bagi psikologi anak.

Daftar Pustaka

- Al Barry, M. Dahlan. *Kamus Ilmiah Populer*. Surabaya: Arkola, 1994.
- Dahlan, Abdul Choliq. *Bimbingan dan Konseling Islami (Sejarah, Konsep dan Pendekatannya)*. Yogyakarta: Pura Pustaka, 2009.
- Wibowo, Agus. *Pendidikan Karakter, Strategi Membangun Karakter Bangsa Berperadaban*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2012.
- Prastowo, Andi. *Memahami Metode-Metode Penelitian: Suatu Tinjauan Teoritis dan Praktis*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2011.
- Ariesandi, *Rahasia Mendidik Anak Agar Sukses dan Bahagia, Tips dan Terpuji Melejitkan Potensi Optimal Anak*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama, 2008.

- Arsip Guru BK SMP Diponegoro, mengenai pendampingan siswa yang melanggar peraturan. Jum'at, 1 September 2016.
- Abdullah, Boedi & Beni Ahmad Saebani. *Pernikahan dan Perceraian Keluarga Muslim*. Bandung: Pustaka Setia, 2013.
- Corey, Gerald. *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*. Bandung: Eresco, 1988.
- Raco, J. R. *Metode Penelitian Kualitatif Jenis, Karakteristik dan Kegunaannya*. Jakarta: Grasindo, 2010.
- Lesmana, Jeanette Murad. *Dasar-Dasar Konseling*. Jakarta: UI Press, 2005.
- Hidayatullah, M. Furqon. *Pendidikan Karakter: Membangun Peradaban Bangsa*. Surakarta: Yuma Pressindo, 2010.
- <http://www.republika.co.id/berita/nasional/umum/16/03/16/o448mg368-duh-angka-perceraian-di-sleman-meningkat>, diakses pada Rabu, 16 Maret 2016, 12.01 WIBwi.
- Musrofi, M. *Melesatkan Prestasi Akademik Siswa, Cara Praktis Meningkatkan Prestasi Akademik Siswa Tanpa Kekerasan dan Tanpa Harus Menambah Jam Belajar*. Yogyakarta: PT Pustaka Intan Madani, 2010.
- Yusuf, M. "Dampak Perceraian Orang Tua Terhadap Anak", *Jurnal Al-Bayan*, vol. 20, no. 29, (Juni 2014).
- Sanyata, Sigit. "Teori dan Aplikasi Pendekatan Behavioristik dalam Konseling". *Jurnal Paradigma*, no. 14, th. VII, (Juli 2012).
- Sudarsono, *Kenakalan Remaja*, Jakarta: PT Rineka Cipta, 1995.
- Sulistiyorini, *Menejemen Pendidikan Islam Konsep, Strategi dan Aplikasi*, Yogyakarta: Teras, 2009.
- W.S. Wingkel *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan*, Jakarta: Gramedia, 1997
- Wawancara Guru BK SMP Diponegoro Depok, Sleman, Yogyakarta pada Hari Senin, 29 Agustus 2016.

